



**Samen sterk
huis** Centrum voor leven
met en na kanker

THEMA-AVOND

WAT KAN IK DOEN AAN LEEFSTIJL

Wanneer : woensdagavond 28 februari 2024

Waar : Samen sterk huis, Wilhelminaweg 12 Woerden

Voor : Voor iedereen die kanker heeft of heeft gehad en wil werken aan de eigen leefstijl. Wat kan ik doen aan leefstijl tijdens of na kanker? Denk aan slaap, ontspannen, eten en bewegen. En is er ook een aanvullende behandeling die mij kan helpen?

Tijd : 19.15 - 19.30 uur ontvangst

19.30 - 20.30 uur informatie

20.30 - 20.45 uur pauze

20.45 - 21.30 uur: gelegenheid voor vragen

Wie : Esther Miltenburg van [Wat kan ik zelf doen?](#)

Over : Anders eten, je immuunsysteem versterken, wat kun je doen om minder last van bijwerkingen te krijgen, je geestelijk rustiger te voelen, hoe kun je mee blijven doen



Wilt u deze bijeenkomst bijwonen?

Meldt u van tevoren aan:

Meer informatie is te krijgen via:

📧 info@samensterkhuis.nl of ☎ 06-14004496 (Marjan Duurkoop) of in het Samen sterk huis (openingstijden zie website www.samensterkhuis.nl)



Samen sterk huis

Wilhelminaweg 12, 3441 XC Woerden, www.samensterkhuis.nl



– Centrum voor leven met en na kanker